

Das Vojta-Prinzip

Die Vojta-Therapie im Kindesalter

Die Vojta-Therapie ist eine **Basistherapie im Bereich der Physiotherapie**. Sie kann bei jeder **Bewegungsstörung im Kindesalter** eingesetzt werden. Dabei kommt es zu einer Veränderung der Bewegungskoordination beim Greifen, Aufrichten, Laufen und Sprechen.

Der Neurologe und Kinderneurologe **Prof. Dr. Václav Vojta** entwickelte zwischen 1950 und 1970 die Therapiegrundlage für das Vojta-Prinzip.

Die Vojta-Therapie ist eine Aktivierung der Reflexlokomotion aus drei Grundpositionen (Bauch-, Rücken- und Seitenlage).

Zur Auslösung der Bewegungsmuster stehen zehn Reflexzonen am Körper und an den Armen und Beinen **zur Verfügung**. Die beiden Bewegungsmuster (das Reflexkriechen und das Reflexumdrehen) werden durch die Kombination verschiedener Zonen und den Wechsel von Druck und Zug aktiviert.

Das Gehirn des Patienten wird in der Vojta-Therapie angeregt die "**angeborenen, gespeicherten Bewegungsmuster**" zu aktivieren und in die **Spontanmotorik der Rumpf- und Gliedmaßenmuskulatur zu übernehmen**. Es wird angenommen, dass durch wiederholtes Auslösen dieser "reflexartigen" Bewegungen es zu "Freischaltungen" oder Neubahnungen innerhalb funktionell blockierter nervlicher Netzwerke zwischen Gehirn und Rückenmark kommt. Je nach Krankheitsbild wird so eine Veränderung der spontanen Haltung und Bewegung erreicht.

Je früher mit der Vojta-Therapie begonnen wird, **desto besser**. Sie sollte in der Regel **mehrmals täglich** (bis zu 4 mal) durchgeführt werden. Eine Therapieeinheit dauert zwischen 5 bis 20 Minuten.

Der Therapeut stellt gemeinsam mit den Eltern ein individuelles Programm zusammen und legt die Ziele der Therapie fest. Die Behandlungstechnik wird vom Therapeuten an die Eltern weitervermittelt, damit die Therapie in der notwendigen Intensität zu Hause durchgeführt werden kann. Das Therapieprogramm wird in regelmäßigen Abständen an der Entwicklung des Patienten angepasst.

Weitere Informationen:

Internationale Vojta Gesellschaft e.V.
Wellersbergstr. 60
57072 Siegen
www.vojta.com